

창원시립용원어린이집

원산지 일괄표시												
메쌀		찰쌀	현미	흑미	콩	쇠고기	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물	
밥/죽	누룽지				두부류	국내산	외국산				명태	
국산	국산	국산	국산	국산	외국산	한우	-산	국산	국산	국산	러시아산	
농·축·수산물 가공품												
배추김치		동그랑땡		생선가스	떡갈비		참치	비엔나소시지		치킨너겟		
배추	고춧가루	돼지고기	닭고기	명태	쇠고기	돼지고기	다랑어	돼지고기	닭고기	닭고기		
국산	국산	국산	-산	러시아산	-산	국산	원양산	국산	국산	국산		
원산지 표시품목(29종)		쌀(밥, 죽, 누룽지)/배추김치(배추, 고춧가루)/콩(두부류, 콩비지, 콩국수)/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양고기/염소고기/낙지/오징어/꽃게/명태/고등어/갈치/참조기/넙치/조피볼락/참돔/구라치/뱅장어/다랑어/아귀/주꾸미/가리비/우렁хай/전복/방어/부세										
알려지지 않은 표시품목(22종)		① 난류 ② 유류 ③ 메밀 ④ 팥콩 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 게 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 아황산류 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲ 잣 * 아황산류⑬는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물로 대부분의 가공식품에 포함되어 있습니다.										

* 발행처: 창원시 I 어린이·사회복지급식관리지원센터
* 담 당: 영양팀



3-5세 점심 및 간식

창원시립용원어린이집

일자	5월 2주째 식재료	1 [화] ★신매뉴 DAY	2 [수] 🎵	3 [목]	4 [금] ☀️송봉 DAY	5 [토]
오전간식		★감자들깨죽	멜론(창원시지원)	쇠고기죽⑬	수박	연근죽
점심		수수밥 버섯묵국 ⑤⑥ 동그랑땡구이 ①②⑤⑥⑩⑫⑬⑭⑮ 열갈이나물 ⑤⑥ 깍두기 ⑨	쇠고기유부초밥 ①②⑤⑥⑧⑨⑫⑭ 안매운김치국 비엔나채소볶음 ①②⑤⑥⑧⑩⑫⑬⑭ 깍두기 ⑨	기장밥 된장찌개 ⑤⑥ 치즈달걀말이 ①②⑤ 김구이 배추김치 ⑨	차조밥 송늬 순살간장찜닭 ⑤⑥⑮ 파프리카무침 ⑤⑥ 배추김치 ⑨	다진유부주먹밥 ①②⑤⑥⑧⑨⑫ 당근스프② 소시지채소볶음 ①②⑤⑥⑧⑩⑫⑬⑭ 배추김치 ⑨
오후간식		밤식빵 ①②④⑤⑥⑫ 우유 ②	찐감자 우유 ②	쌀국수⑭ 저당액상요구르트 ②	호두과자 ①②⑤⑥⑭ 우유 ②	수제바나나우유 ②
열량(kcal)/단백질(g)	베타카로틴 : 면역 증진	697/23	646/24	682/26	629/26	665/20

일자	7 [월]	8 [화]	9 [수]	10 [목]	11 [금] 	12 [토]
오전간식	복숭아⑪	채소죽	친환경바나나(창원시지원)	버섯죽	자른사인머스캣창원시지원)	노란콩죽⑤
점심	백미밥 물만둣국①②⑤⑥⑨⑩⑬ 새우살게첩볶음⑤⑨⑫ 콩나물무침⑤ 깍두기⑨	수수밥 시금치된장국⑤⑥ 돼지고기양파볶음⑤⑥⑩ 부추나물 배추김치⑨	쇠고기무밥&양념장⑤⑥⑬ 시래기맑은국 생선까스&타르타르소스①②⑤⑥⑫ 배추김치⑨	기장밥 어묵국②⑤⑥⑧⑫⑬ 두부간장조림⑤⑥ 브로콜리나물 배추김치⑨	차조밥 들깨미역국⑤⑥ 다진옥수수달걀찜① 양배추나물 깍두기⑨	잔치국수①⑤⑥ 백미밥½ 치킨너겟&머스타드소스①②⑤⑥⑫⑬ 배추김치⑨
	오후간식	애호박채전①⑤⑥ 우유②	시리얼⑤⑥ 우유②	볶음우동⑤⑥⑨⑬ 우유②	감자버터구이② 우유②	머핀①②⑤⑥ 우유②
열량(kcal)/단백질(g)	623/29	660/26	638/23	680/22	636/22	677/29

일자	14 [월]	15 [화] 🌈채탄소DAY	16 [수] 🌈	17 [목]	18 [금]	19 [토]
오전간식	바나나	현미파프리카죽	사과(창원시지원)	흑미죽	골드키위	다진옥수수죽
점심	백미밥 쇠고기전골⑤⑥⑬ 들기름두부부침&양념장⑤⑥ 미역줄기당근볶음⑤ 깍두기⑨	수수밥 북엇국⑤⑥ 잘게썬메추리알장조림①⑤⑥ 오이나물⑤⑥ 배추김치⑨	채소주먹밥⑤ 애호박된장국⑤⑥ 치킨너겟①②⑤⑥⑫⑮⑯ 배추김치⑨	기장밥 팽이버섯맑은국⑤⑥ 안매운돼지고기두루치기⑤⑥⑩ 알배추찜&양념장⑤⑥ 깍두기⑨	차초밥 무채국⑤⑥ 가자미간장조림⑤⑥ 참나물무침⑤⑥ 배추김치⑨	게살부음밥①⑤⑥⑧ 유부장국①②⑤⑥⑧⑨⑫ 우영조림⑤⑥ 배추김치⑨
오후간식	편안호박 우유②	채소비빔국수⑤⑥ 저당액상요구르트②	롤빵①②⑤⑥ 우유②	프렌치토스트①②⑤⑥ 우유②	치즈스틱①②⑤⑥⑬ 우유②	삶은달걀① 매실차
열량(kcal)/단백질(g)	625/22	681/25	665/20	663/28	683/30	610/23

일자	21 [월]	22 [화]	23 [수]	24 [목]	25 [금] 추석	26 [토]
오전간식	자른포도	콩가루죽⑤	자른방울토마토(창원시지원)			
점심	백미밥 순두부백탕①⑤ 떡갈비구이②⑤⑥⑩⑬⑮ 시금치나물⑤⑥ 배추김치⑨	수수밥 맑은콩나물국⑤⑥ 오리주물럭⑤⑥ 새송이버섯무침⑤⑥ 배추김치⑨	하이라이스 ①②⑤⑥⑩⑫⑬⑮⑮ 얼갈이배춧국⑤⑥ 크래미채소볶음①⑤⑥⑧⑫ 깍두기⑨			
오후간식	토마토스파게티 ②⑤⑥⑫⑬⑮⑮ 우유②	찐만두①⑤⑥⑨⑩⑬⑮⑮ 우유②	쌀강정④ 우유②			
영양(kcal)/단백질(g)	655/24	695/27	650/25			

일자	28 [월]  승봉 DAY	29 [화] 	30 [수]	식생활 3대 과제		
오전간식	어묵죽 ②⑤⑥⑧⑫⑯	바나나	배(창원시지원)	  		
점심	수수밥 송충 두부탕수 ⑤⑫ 애호박나물 ⑤⑨ 깍두기 ⑨	참쌀팔밥 새우살미역국 ⑤⑥⑨ 돼지불고기 ⑤⑥⑩ 느타리버섯나물 배추김치 ⑨	나물비빔밥 ⑤ 달걀팟국 ① 참치채소전 ①⑤ 배추김치 ⑨			
오후간식	미니자장면 ①②⑤⑥⑩⑫⑯⑰ 저당액상 요구르트 ②	케이크 ①②④⑤⑥⑩⑫⑯ 우유 ②	크랜베리시리얼 ⑤⑥ 우유 ②			
열량(kcal)/단백질(g)	685/21	698/24	640/26	손 씻기	꿀고로 먹기	잔반 감소

원산지 일괄표시													
메쌀		찹쌀	현미	흑미	콩	쇠고기	쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	수산물		
밥/죽	누룽지				두부류	국내산	외국산				명태		
국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	외국산	한우	-산	국내산	국내산	국내산	러시아산		
농·축·수산물 가공품													
배추김치		동그랑땡		생선가스		떡갈비		참치		비엔나소시지		치킨너겟	
배추	고춧가루	돼지고기	닭고기		명태	쇠고기	돼지고기	다랑어	돼지고기	닭고기	닭고기		
국산	국산	국산	-산	러시아산	-산	국산	원양산	국산	국산	국산	국산		
원산지 표시품목(29종)		쌀(밥, 죽, 누룽지)/배추김치(배추, 고춧가루)/콩(두부류, 콩비지, 콩국수)/쇠고기/돼지고기/닭고기/오리고기/양고기/염소고기/낙지/오징어/꽃게/명태/고등어/갈치/참조기/넙치/조피볼락/참돔/기/꾸라지/뱅장어/다랑어/아귀/주꾸미/가리비/우렁хай/전복/방어/부세											
알려지지 않은 표시품목(22종)		① 난류 ② 유류 ③ 메밀 ④ 팥콩 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦ 고등어 ⑧ 게 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기 ⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 아황산류 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어 ⑱ 조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲ 잣 * 아황산류⑬는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물로 대부분의 가공식품에 포함되어 있습니다.											

알레르기 유발식품(22종) ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잔 * 아황산류⑬는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물로 대부분의 가공식품에 포함되어 있습니다.